

# 3か月で正社員を目指す！ 就活エクスプレス

10・11月  
受講無料

就職への近道が  
ここにあった!!

こんな方におすすめです



受講者専用の  
合同面接会にも  
参加できます!

自分に合った仕事を見つけない

自分の強みを  
知りたい

派遣で就業中  
正社員になりたい!

面接でうまく  
アピールしたい!

パート・アルバイトの  
経験がなくて不安



## サポートの流れ

### ワークショップ

下記3コースから選択

(適職探索コース・就活スキルアップコース・1日コース)

グループワークを通して  
就活力をアップします。



グループでシェアすることで  
自分の強みに沢山気づくことができました!

〈受講者の声〉



### 就活エクスプレス 合同面接会

毎月1回開催

10月25日(金)

書類選考無しで面接が受けられる!  
正社員採用に意欲的な企業に参加!!

チャンスを  
つかもう!



参加して視野が広がり、  
職種の選択肢が広がりました

〈受講者の声〉



## 3か月間のマンツーマンサポート



担当のジョブコーディネーターが3か月間、正社員就職を支援します。  
日頃、企業を訪問しているジョブコーディネーターだからこそわかる、  
企業視点での「企業研究」「応募書類対策」「面接対策」「マッチング支援」を行います。

自分とは違う視点で  
たくさんの方を  
紹介してもらいました!

〈受講者の声〉



## ワークショップ (下記3コースから選択)

5日間  
集中

キャリアの方向性を考えたい方

### 適職探索コース

10月1日(火)～7日(月)

質問票やカードなどのツールを使って、楽しみながら「職業興味」「価値観」「強み」を探り、これからの職業人生を考えます。

- ✓ 自己分析:  
興味・価値観の探索、強みの発見
- ✓ 企業理解:  
求人分析、採用担当者との交流 (採用のポイント)
- ✓ 書類・面接対策:  
キャリアの棚卸し、PRになる経歴の伝え方
- ✓ 就活準備:  
希望条件の整理、適職の見える化
- ✓ ジョブコーディネーターとの個別面談

5日間  
集中

入社後まで活かせるスキルを  
ブラッシュアップ

### 就活スキルアップコース

10月8日(火)～15日(火)

内定獲得に向けての就活準備、新しい職場で正社員として活躍するためのスキルを身につけます。

- ✓ 書類・面接対策:  
キャリアの棚卸し、自己PR、ビジネスマナー、模擬面接
- ✓ 企業理解:  
求人分析、採用担当者との交流 (採用のポイント)
- ✓ コミュニケーション:  
好感を持たれる表現力、プレゼンテーションのポイント
- ✓ 就活準備:  
アクションプラン、時間管理
- ✓ ジョブコーディネーターとの個別面談

在職者  
向け

### 1日コース

10月21日(月)

就活ステップのポイントをつかむところから、忙しくてできなかった応募書類の準備まで、1日で就活のAtoZがわかります。

- ✓ 就職活動のステップを理解
- ✓ キャリアの棚卸し・略歴・自己PR・面接のポイント
- ✓ ジョブコーディネーターとの個別面談

詳しくはこちら

就活エクスプレス

検索



開催スケジュール

ワークショップ (下記3コースから選択)

5日間  
集中

適職探索コース

10月  
開催

10月1日(火)～7日(月)

申込期間: 8月29日(木)～9月26日(木)

11月  
開催

11月5日(火)～11日(月)

申込期間: 9月27日(金)～10月30日(水)

5日間  
集中

就活スキルアップコース

10月  
開催

10月8日(火)～15日(火)

申込期間: 9月5日(木)～10月3日(木)

11月  
開催

11月12日(火)～18日(月)

申込期間: 10月4日(金)～11月7日(木)

在職者  
向け

1日コース

10月  
開催

10月21日(月)

11月  
開催

11月19日(火)

概ね3か月前から申込開始

詳しくはこちらから▶



時間

適職探索コース・就活スキルアップコース

9:30～16:30 (休憩あり) ※5日目の所要時間は1時間程度

1日コース

9:30～15:30 (休憩あり)

場所

アリビオ九段

東京都千代田区九段北1丁目6-1

定員

各25名

対象者

各コース初日に30～54歳で、①と②のいずれにも該当する方

①パート・アルバイト・派遣社員など、非正規雇用の経験がある方

②早期に正社員としての就職を目指す方

※直近で退職日が決まっている在職中の正社員の方も対象となる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

※1日コースは、上記①②に加え、在職者向けです。

▼ ワークショップに参加した方は合同面接会・フォローアップ講座に参加できます ▼

合同面接会

毎月1回開催

10月  
開催

10月25日(金)

11月  
開催

11月29日(金)

フォローアップ講座

書類対策

面接対策

10月  
開催

10月22日(火)、23日(水)、28日(月)、30日(水)

11月  
開催

11月20日(水)、21日(木)、25日(月)、27日(水)

お申込みの流れ

東京しごとセンター  
ミドルコーナーにご登録

担当アドバイザーを通してお申込み

※プログラム受講については選考をもって確定します。

※プログラム申込み受付時間は平日9:00～19:00、土曜日9:00～16:00(申込み最終日は9:00～15:00)となります。

※東京しごとセンターを初めてご利用される方は、利用登録の手続きが必要です。

平日は17:00、土曜日は14:00(申込み最終日は12:00)までにお越しください。

これからのこと、一人で抱えず  
気軽に相談にお越しください。

正社員就職に向け  
しっかり伴走します。

ジョブコーディネーターより



詳しい説明をお聞きになりたい方はこちら

プログラム説明会開催!

開催  
日程

9月2日(月)、10日(火)、24日(火)

10月1日(火)、15日(火)、29日(火)

場所

東京しごとセンター  
2階 201教室

時間

13:30～14:00

日程が合わない方は、  
お問い合わせください

説明会后、  
個別相談も可能です!

オンライン | Zoomウェビナー

9月18日(水)、10月23日(水)

時間 13:30～14:00

ご予約

就活エクスプレス担当  
TEL.03-3239-3821

WEBでの  
ご予約は  
こちら



お問い合わせ

東京しごとセンター ミドルコーナー  
就活エクスプレス

TEL.03-3239-3821

就活エクスプレス

検索

<https://shu-katu-express.com/>



所在地 〒102-0072  
東京都千代田区飯田橋  
3丁目10番3号

受付時間 平日…9:00～20:00  
土曜日…9:00～17:00  
休業…日曜日・祝日・年末年始(12/29～1/3)

最寄駅 [飯田橋駅] 東口徒歩7分  
[水道橋駅] 西口徒歩5分  
[九段下駅] 徒歩10分

※個人情報の取扱については、<https://www.tokyoshigoto.jp/privacy/>をご覧ください。

※災害等やむを得ない事情によって、中止や延期になることがあります。

なお、中止・延期の際は、東京しごとセンターホームページ等でお知らせします。

※プログラム会場は、アリビオ九段となります。会場までの交通費は自己負担となりますのでご了承ください。

